

Weekly Menu

10号館	1月12日(月)		1月13日(火)		1月14日(水)		1月15日(木)		1月16日(金)	
プレートライス										
CURRY			スエヒロカレー	¥360 646 kcal	スエヒロカレー	¥360 646 kcal				
			蛋白 13.2 g 脂質 17.7 g 塩分 3.9 g		蛋白 13.2 g 脂質 17.7 g 塩分 3.9 g					
中華彩菜 麺			醤油・味噌・塩 ラーメン	¥360 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥360 463 kcal				
			蛋白 19.4 g 脂質 12.4 g 塩分 7.2 g		蛋白 19.4 g 脂質 12.4 g 塩分 7.2 g					

* HOT SNACK ¥150
ライス大盛 ¥50 / カレー大盛 ¥120 / 麺 大盛 ¥120

11号館										
定食A			若鶏唐揚 香味ソース ＜油淋鶏＞	¥550 817 kcal	プルコギ	¥550 893 kcal	タンドリーチキン	¥550 5880 kcal		
			蛋白 32.0 g 脂質 29.0 g 塩分 3.3 g		蛋白 25.5 g 脂質 40.2 g 塩分 3.8 g		蛋白 1,204. g 脂質 42.6 g 塩分 7.7 g			
定食B			和風とんかつ	¥550 876 kcal	ポークカツ デミソース	¥550 888 kcal	ササミカツ タルタルソース	¥550 870 kcal		
			蛋白 32.5 g 脂質 32.7 g 塩分 4.7 g		蛋白 27.8 g 脂質 24.9 g 塩分 3.8 g		蛋白 25.2 g 脂質 27.9 g 塩分 3.5 g			
週替わり定食			ミックスフライ	¥500 745 kcal	ミックスフライ	¥500 745 kcal	ミックスフライ	¥500 745 kcal		
			蛋白 20.7 g 脂質 21.1 g 塩分 3.0 g		蛋白 20.7 g 脂質 21.1 g 塩分 3.0 g		蛋白 20.7 g 脂質 21.1 g 塩分 3.0 g			
アラカルト			特選カレー	¥390 650 kcal	特選カレー	¥390 650 kcal	特選カレー	¥390 650 kcal		
			蛋白 12.2 g 脂質 14.3 g 塩分 3.0 g		蛋白 12.2 g 脂質 14.3 g 塩分 3.0 g		蛋白 12.2 g 脂質 14.3 g 塩分 3.0 g			
中華彩菜 麺			特選ラーメン	¥390 452 kcal	特選ラーメン	¥390 452 kcal	特選ラーメン	¥390 452 kcal		
			蛋白 21.3 g 脂質 11.1 g 塩分 6.4 g		蛋白 21.3 g 脂質 11.1 g 塩分 6.4 g		蛋白 21.3 g 脂質 11.1 g 塩分 6.4 g			
ミニ弁当			ミニ味噌カツ弁当	¥330 512 kcal	ミニ白身魚のフライ タルタルソース弁当	¥330 432 kcal	ミニ鶏ものの 味噌漬焼弁当	¥330 506 kcal		
			蛋白 15.8 g 脂質 14.2 g 塩分 1.8 g		蛋白 11.0 g 脂質 12.0 g 塩分 0.7 g		蛋白 23.2 g 脂質 17.1 g 塩分 1.4 g			

* 週替わり定食は 12:15 前後からの販売となります
ライス単品 ¥150 / 味噌汁 ¥50
定食ライス大盛 ¥50 / アラカルト・カレー 大盛 ¥120 / 麺 大盛 ¥120